



Сила духу - не просто слова! Сила духу - це правда жива!

СИЛА ДУХУ

Видається з вересня 2003 року
7 липня 2026 року

Всеукраїнська організація
«СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 27 (1079)



Цифрову платформу «Додому» вже відвідали понад 10 тисяч користувачів із більш ніж 10 країн світу, — Денис Улютін

3 липня в Києві відбулася офіційна презентація цифрової платформи «Додому» – ресурсу, який допомагає українцям за кордоном отримати достовірну інформацію про можливості, послуги та підтримку в Україні й сформувати персональний план повернення.

Участь у заході взяли Міністр соціальної політики, сім'ї та єдності України Денис Улютін, заступник Керівника Офісу Президента Віктор Микита, тимчасово повірена у справах Федеративної Республіки Німеччини в Україні Катрін Бухгольц, заступниця Міністра соціальної політики, сім'ї та єдності України з питань європейської інтеграції Ілона Гавронська, директорка проекту «YOUA — Формуємо нові шляхи, будуємо майбутнє України» Ханна Нікель, а також представники державних органів, міжнародних партнерів, громад та експертного середовища.

Звертаючись із вітальним словом до учасників заходу, Денис Улютін наголосив, що політика щодо українців за кордоном має бути частиною цілісної соціальної політики та політики відновлення.

«За тиждень від моменту запуску на Конференції з відновлення України URC 2026 платформу «Додому» відвідали вже понад 10 тисяч користувачів із більш ніж 10 країн, зокрема тих, де перебуває найбільше українців, — Німеччини, Польщі та Чехії», — зазначив Денис Улютін.

Міністр підкреслив, що «Додому» об'єднує інформацію про громади, сервіси, можливості працевлаштування, навчання, соціалізацію в Україні та інші інструменти.

«Люди є головною рушійною силою відновлення України. Саме тому підтримка добровільного повернення українців та їхньої успішної реінтеграції потребує не лише доступу до достовірної інформації й якісних державних сервісів, а й тісної взаємодії між державою, громадами та міжнародними партнерами. Платформа «Додому» поєднує ці елементи, створюючи умови для зважених рішень і роблячи важливий внесок у соціальне відновлення України», — додала тимчасово повірена у справах Федеративної Республіки Німеччини в Україні Катрін Бухгольц.

Своєю чергою, Ілона Гавронська закликала громади з усієї країни долучатися до платформи «Додому» та ставати партнерами для українців, які повертаються. Відповідна інформація про громаду додається в окремий блок платформи — «візитівки» громад. Вони містять дані про місцеві послуги, інфраструктуру, можливості та контакти.

Також заступниця Міністра запросила українські організації за кордоном долучатися до Мережі єдності, яку розвиває Мінсоцполітики. Інформація про Центри єдності та партнерські організації, де українці, зокрема, можуть отримати консультації щодо повернення, розміщується на мапі платформи «Додому».

Платформу «Додому» розроблено в межах проекту YOUA — «Формуємо нові шляхи, будуємо майбутнє України», який реалізується Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH за дорученням Уряду Німеччини у співпраці з Міністерством соціальної політики, сім'ї та єдності України. Технічним розробником платформи є ГО «Технології Прогресу».

Нагадаємо, запуск платформи для українців, які планують повернення — «Додому», відбувся в межах Конференції з питань відновлення України (URC 2026) у Гданську. Цифрова платформа працює у тестовому режимі та доступна за посиланням: <https://dodomu.unity.gov.ua/>

Пресслужба Міністерства соціальної політики, сім'ї та єдності України



Анонс

2 стор.

Чи можна користуватися цифровими можливостями ЕСОЗ без мобільного телефону?

2-4 стор.

Які документи потрібні для оцінювання повсякденного функціонування

5 стор.

Хто потурбується про здоров'я людей на кріслах колісних?

6 стор.

XV Спартакіада з рекреаційних видів спорту в Лубнах

7 стор.

Арт терапія у Балті: психологічний тренінг для відновлення душевної рівноваги

**КОЖЕН ПЕРЕДПЛАТНИК
Є АКТИВНИМ УЧАСНИКОМ
РУХУ ЗА ПРАВА ЛЮДЕЙ
З ІНВАЛІДНІСТЮ**

*Передплата на незалежну
українську газету «Сила духу»
триває протягом всього року!*

Всеукраїнська газета «Сила духу» - друг, порадник та консультант людей з інвалідністю та усіх небайдужих.

На сторінках видання розглядаються питання соціального та юридичного захисту, працевлаштування та освіти, реабілітації та дозвілля людей з інвалідністю. А ще - поради психологів, кухарів, та астрологів.

Будьте з «Силою духу»!

**Читайте нас!
Передплачуйте нас!**

РАЗОМ МИ СИЛА!



Чи можна користуватися цифровими можливостями ЕСОЗ без мобільного телефону?

Так! Мобільний телефон є не єдиним способом взаємодії з електронною системою охорони здоров'я (ЕСОЗ).

Щоб отримувати повідомлення від ЕСОЗ і підтверджувати окремі дії в системі, для кожного пацієнта визначається метод автентифікації — спосіб, за допомогою якого система визначає, як саме ви отримуєте сповіщення чи підтверджуєте свої дії в ЕСОЗ.

Метод автентифікації допомагає:

- отримувати сповіщення про е-Рецепти, е-Направлення, Медичні висновки та інші цифрові інструменти;
- підтверджувати окремі дії в ЕСОЗ.

В ЕСОЗ передбачено три методи автентифікації:

1. За номером мобільного телефону. Це найбільш зручний спосіб для більшості повнолітніх дієздатних пацієнтів.

Він дозволяє:

- отримувати важливі сповіщення від ЕСОЗ через SMS, Viber чи Дію;
- користуватися цифровими медичними інструментами без додаткових дій.

Саме тому рекомендуємо використовувати актуальний номер телефону як метод автентифікації. Якщо номер змінився — його варто оновити. Зробити це можна самостійно через Кабінет пацієнта.

2. Через документ, що посвідчує особу. Цей спосіб можуть обрати пацієнти, які не мають мобільного телефону або з інших причин не хочуть використовувати номер телефону для автентифікації.

У такому випадку пацієнт також може без обмежень отримувати медичну допомогу. Однак під час звернення до лікаря потрібно буде пред'являти саме той документ, який зазначений у записі пацієнта в ЕСОЗ. При цьому необхідну інформацію про е-Рецепти, е-Направлення чи Медичні висновки лікар за потреби може надати у вигляді паперової пам'ятки.

3. Через законного представника. Такий метод використовується для:

- дітей, які не досягли повноліття та не набули повної цивільної дієздатності;
 - пацієнтів, яких за рішенням суду визнано недієздатними.
- У цьому випадку метод автентифікації визначається через



законного представника — наприклад, одного з батьків або опікуна.

Наприклад, якщо у мами дитини в ЕСОЗ зазначений номер телефону, саме він використовуватиметься для інформування та підтвердження дій щодо дитини.

Важливо: Відсутність мобільного телефону не означає, що пацієнт не може отримувати медичну допомогу або бути зареєстрованим в ЕСОЗ. Система передбачає альтернативні методи автентифікації — за документом або через законного представника.

Водночас пацієнти, які не використовують номер телефону як метод автентифікації, не отримують сповіщення від ЕСОЗ через SMS, Viber чи Дію та не можуть підтверджувати окремі дії через одноразовий код отриманий на телефон.

Перевірити свій метод автентифікації та за потреби змінити його можна через Кабінет пацієнта — е-Кабінет ЦБД ЕСОЗ (my.ehealth.gov.ua) або через інший е-Кабінет, якому ви надаєте перевагу (pis.esoz.gov.ua/#e-cabinets).

Пам'ятайте: актуальні дані в ЕСОЗ — це запорука зручного доступу до цифрових можливостей системи.

СЬОГОДЕННЯ

Які документи потрібні для оцінювання повсякденного функціонування



Документи для оцінювання повсякденного функціонування потрібні, щоб експертна команда могла оцінити не лише діагноз, а й те, як стан здоров'я впливає на повсякденне життя людини: пересування, самообслуговування, роботу, навчання, спілкування та інші щоденні дії.

У справі мають бути документи, які підтверджують особу, діагноз, перебіг захворювання або травми, результати лікування, обстежень і реабілітації, а також поточний стан людини.

Хто формує направлення. Направлення на оцінювання повсякденного функціонування формує лікуючий лікар, який веде людину з основного захворювання, травми або



СЬОГОДЕННЯ

стану, що є підставою для оцінювання. Саме цей лікар додає документи до направлення в електронній системі та обґрунтовує потребу в оцінюванні.

Направлення на оцінювання може бути сформоване:

- лікуючим лікарем з надання первинної медичної допомоги;
- лікуючим лікарем з надання спеціалізованої медичної допомоги;
- головою військово-лікарської, медичної військово-лікарської або лікарсько-експертної комісії — якщо за результатами проходження відповідної експертизи виявлено ознаки, що відповідають критеріям направлення на оцінювання.

До якого лікаря звертатися. Направлення має оформити той лікар, який супроводжує лікування основного захворювання, травми або стану. Це може бути сімейний лікар, профільний амбулаторний спеціаліст або лікар стаціонару.

Якщо після консультації або стаціонарного лікування людині видали медичний висновок із рекомендацією пройти оцінювання, направлення має сформувати лікар, який надав таку рекомендацію. Людина не повинна самостійно шукати іншого лікаря лише для оформлення направлення.

Вияток — якщо лікування завершено давно або немає доступу до закладу, де його проводили. У такому разі наявні документи можна передати іншому лікарю, який зможе оцінити ситуацію та сформувати направлення.

Якщо лікар не має достатньої спеціалізації для аналізу конкретного випадку, він може направити пацієнта до профільного спеціаліста для уточнення діагнозу або отримання додаткових висновків.

Коли людину направляють на оцінювання. Направлення формують, якщо є одна з підстав, визначених постановою Кабінету Міністрів України №1338. Зокрема, це може бути:

- настав строк повторного оцінювання або потрібно встановити інвалідність після досягнення дитиною з інвалідністю повноліття;
- захворювання має стійкий або необоротний характер;
- тимчасова непрацездатність триває безперервно 120 календарних днів;
- тимчасова непрацездатність через те саме захворювання або стан тривала з перервами загалом 150 календарних днів протягом року;
- людина хворіє на туберкульоз — через 10 місяців з дня настання непрацездатності незалежно від її безперервності;
- людині проведено медичні інтервенції або встановлено діагнози, які є підставою для направлення на оцінювання;
- потрібно встановити ступінь втрати професійної працездатності;
- потрібно змінити причину інвалідності;
- потрібно оновити рекомендації, які є частиною індивідуальної програми реабілітації;
- потрібно визначити медичні показання для забезпечення автомобілем особи з інвалідністю чи дитини з інвалідністю з 5 років і протипоказання до керування ним для особи з інвалідністю, зокрема для батьків або законних представників дитини з інвалідністю;
- потрібно призначити допоміжні засоби реабілітації та/або медичні вироби;
- потрібно встановити причинний зв'язок інвалідності з хворобами, перенесеними в дитинстві;

- потрібно визначити потребу в постійному сторонньому догляді або інших соціальних послугах.

Також можуть подаватися документи для встановлення причинного зв'язку смерті людини з професійним захворюванням, трудовим каліцтвом або іншим ушкодженням здоров'я.

Які документи можуть знадобитися. Для формування направлення людині потрібно надати лікарю документи, які підтверджують особу, стан здоров'я, перебіг лікування, а також додаткові обставини, якщо вони важливі для оцінювання.

Документи можна подати в паперовій формі — тоді їх відсканують у закладі охорони здоров'я під час формування направлення. Якщо документи вже є в електронному вигляді, їх можна передати лікарю одразу в електронній формі.

Документи, що посвідчують особу. Для формування направлення потрібен документ, що посвідчує особу. Це може бути:

- паспорт громадянина України;
- ID-картка;
- реєстраційний номер облікової картки платника податків — РНОКПП;
- інший офіційний документ, що посвідчує особу.

Якщо людина має ID-картку, окрему скан-копію РНОКПП можна не додавати, оскільки він зазначений на звороті документа.

Медичні документи. До направлення додаються медичні документи, які підтверджують діагноз, перебіг захворювання або травми, результати лікування, обстежень і реабілітації.

Це можуть бути:

- консультаційні висновки;
- виписки з амбулаторних або стаціонарних карт;
- результати лабораторних і функціональних обстежень: УЗД, МРТ, КТ тощо;
- медичні висновки про тимчасову непрацездатність — МВТН;
- індивідуальна програма реабілітації — ІПР або індивідуальний реабілітаційний план — ІРП;
- попередні довідки МСЕК.

Ці документи допомагають лікарю обґрунтувати направлення, а експертній команді — оцінити стан людини та його вплив на повсякденне функціонування.

Військово-облікові документи (за наявності). Якщо людина має військово-облікові документи або вони стосуються її ситуації, їх також можна додати до направлення.

До таких документів належать:

- військовий квиток чи посвідчення офіцера;
- довідка про проходження військової служби або витяг з послужного списку;
- довідка про безпосередню участь у заходах, необхідних для забезпечення оборони України, захисту безпеки населення та інтересів держави;
- тимчасове посвідчення військовозобов'язаного;
- посвідчення про приписку до призовної дільниці.

Документи для підтвердження причини інвалідності або зв'язку стану здоров'я з певними обставинами (за наявності). Якщо для оцінювання потрібно підтвердити причину інвалідності або зв'язок стану здоров'я з певними обставинами, до справи додають відповідні документи.

Продовження на наступній сторінці



СЬОГОДЕННЯ

Початок на попередній сторінці

Це можуть бути:

- рішення військово-лікарської, медичної військово-лікарської або лікарсько-експертної комісії, оформлені у встановленій формі;
- свідоцтво про хворобу;
- довідка військово-лікарської комісії зі встановленням причинно-наслідковим зв'язком;
- витяг з протоколу засідання штатної ВЛК;
- медичні документи, що підтверджують початок захворювання чи травми, перенесеної у дитячому віці;
- документи, що підтверджують причинно-наслідковий зв'язок інвалідності з Чорнобильською катастрофою;
- рішення суду або медичні документи у випадках, передбачених для учасників Другої світової війни.

Заяви (за потреби). До справи також можуть бути додані заяви, якщо людина хоче скористатися відповідними правами під час оцінювання.

Зокрема:

- заява про присутність під час розгляду справи експертною командою уповноваженого представника;
- заява про бажання проводити аудіо- або відеофіксацію оцінювання.

Довірена особа та уповноважений представник: у чому різниця. Довірена особа та уповноважений представник — це різні ролі.

Довірена особа — це людина, з якою можна зв'язатися, якщо пацієнт не виходить на зв'язок. Якщо вказано її електронну пошту, вона також може отримати інформацію про дату, час і місце засідання.

Водночас довірена особа не має права бути присутньою на засіданні разом із пацієнтом лише на підставі того, що її контакти зазначені в системі.

Щоб під час оцінювання був присутній уповноважений представник, потрібно:

- додати до направлення заяву пацієнта про участь уповноваженого представника;
- заповнити в системі відповідні поля;
- надати документи з даними представника;
- надати документи, що підтверджують його повноваження.

Документами, що підтверджують повноваження, можуть бути:

- для законного представника — документи, що підтверджують законне представництво;
- для представника за довіреністю — довіреність;
- для адвоката — документи, що підтверджують його повноваження;
- для залученого лікаря, фахівця з реабілітації, соціального працівника чи фахівця із супроводу ветеранів — документ, що підтверджує відповідну кваліфікацію або перебування на посаді.

Що має містити документ, який додається до направлення. Кожен документ має містити достатньо інформації, щоб експертна команда могла зрозуміти, хто його видав, коли, кому саме і яку інформацію він підтверджує.

У документі мають бути зазначені:

- повне найменування закладу охорони здоров'я та його код за ЄДРПОУ;
- дата видачі документа;
- прізвище, ім'я, по батькові за наявності та дата народження пацієнта;

- діагноз або опис стану органів чи систем;

- прізвище, ім'я, по батькові за наявності та посада відповідальної особи, яка видала документ.

Скановані документи засвідчуються підписом і печаткою — за наявності. Для записів з електронної системи охорони здоров'я має бути електронне позначення часу їх вивантаження. За технічної можливості результати обстежень і документи вносяться до ЕСОЗ.

Актуальність медичних документів. Актуальність медичних документів оцінює лікар залежно від діагнозу, перебігу захворювання або травми, стану людини та мети оцінювання. Не потрібно самостійно повторно проходити всі обстеження без медичної потреби.

Документи мають відображати стан людини, з яким її направляють на оцінювання. Дослідження, що фіксують структурні або тривалі зміни в організмі, зазвичай залишаються актуальними довше. Це, наприклад, МРТ, КТ, рентген, ендоскопічні дослідження, біопсія та інші подібні обстеження.

Динамічні аналізи можуть швидше втрачати актуальність, оскільки їхні показники змінюються залежно від стану людини на момент обстеження. Це можуть бути аналізи крові, сечі, калу, слини та інші лабораторні показники.

Строки актуальності таких документів визначає лікар. Якщо стан людини суттєво не змінився, структурні дослідження часто можуть залишатися актуальними до року, а лабораторні аналізи — кілька місяців. Але остаточне рішення залежить від конкретного випадку.

Що не є обов'язковим для направлення. Для направлення на оцінювання не потрібно збирати документи, які не стосуються поточного стану людини або мети оцінювання.

Зокрема, не є обов'язковими:

- висновки обласних або регіональних спеціалістів;
- направлення або витяг з лікарсько-консультативної комісії;
- окрема письмова згода на обробку персональних даних;
- трудова книжка;
- рапорти або листи з військової частини чи ТЦК та СП;
- виписка зі стаціонару, якщо стан підтверджується висновком профільного спеціаліста або іншими актуальними медичними документами;
- документи про захворювання, перенесені багато років тому, якщо вони не стосуються поточного стану людини або мети оцінювання;
- кольорові скан-копії документів, якщо колір не має діагностичного значення.

Що робити, якщо з'явилися нові документи. Якщо після формування направлення з'явилися нові медичні документи — результати обстежень, консультаційні висновки, виписки або інші дані, які уточнюють стан здоров'я, — їх можна додати до справи до ухвалення рішення експертною командою.

Для цього людині варто звернутися до адміністратора закладу охорони здоров'я, де проводиться оцінювання, із проханням долучити документи до справи. Також ці документи можна надати експертній команді під час очного оцінювання.

Якщо втрачено довідку МСЕК. Якщо людина втратила довідку МСЕК, вона може звернутися до територіального органу Пенсійного фонду України з проханням надати копію виписки з акта огляду медико-соціальної експертної комісії.

ТОЧКА ЗОРУ

Хто потурбується про здоров'я людей на кріслах колісних?



Таке гостре запитання я задав в офіційному медіацентрі Полтавщини на брифінгу заступника начальника Головного управління ДСНС України у Полтавській області Володимира Гришаніна. Тема зустрічі була стандартною: готовність визначених місць для купання, попередження нещасних випадків на воді та пожеж в екосистемах.

Згідно з доповіддю, Полтавщина має 67 обладнаних і перевічених місць для купання. Проте, як з'ясувалося під час мого запитання, жодної інформації про доступність цих місць для людей з інвалідністю на кріслах колісних у рятувальників немає. Що це означає на практиці? Що інклюзія влітку для Полтавщини просто не існує.

Законодавчий парадокс: норми є, але контролю немає. На моє питання, чому ДСНС не веде таку статистику, пан Володимир відповів, що відповідного законодавства для їхнього відомства немає. Мовляв, як для захисних укриттів є чіткі вимоги контролю, то їх перевіряють і вимагають виконання. А в питанні пляжів рятувальники дивляться лише на безпеку води, а не на те, як людина туди потрапить.

Але насправді законодавчий захист існує, і він дуже чіткий. Проблема в тому, що балансоутримувачі пляжів його ігнорують, а контролюючі органи запліщують очі:

- ДБН Б.2.2-12:2019 «Планування та забудова територій» (пункт 11.2.14) прямо зобов'язує при проектуванні пляжів передбачати спеціальні зони, пристосовані для маломобільних груп населення (МГН), обладнані пандусами для спуску у воду, роздягальнями та туалетами.

- ДБН В.2.2-40:2018 «Інклюзивність будівель і споруд» чітко розписує технічні параметри: настили на піску шириною від 1,5 м для роз'їзду візків, пологий спуск у воду з нахилом до 8% та обов'язкові дворівневі поручні.

- Наказ МВС № 301 взагалі забороняє видавати «Паспорт пляжу», якщо на об'єкті не забезпечено безпечне перебування та доступність для МГН.

То чому ж на всю Полтавщину ми маємо заледве одне пристосоване місце для купання людей на кріслах колісних? Це заледве 1,5% від потреби!

Паперова безбар'єрність проти суворой реальності. Сьогодні в Україні діє Національна стратегія із створення безбар'єрного простору до 2030 року. Вона визначає право на дозвіл та рекреацію як базове право кожного громадянина. Але реальність показує, що на місцях поки що «не бачать» проблеми доступності літнього відпочинку в списку пріоритетів. До 2030 р. залишилося не так багато часу, а нам потрібно наздогнати ще 98,5% невиконаних обіцянок!

Хтось може подумати, що люди з порушеннями опорно-рухового апарату просто не вміють або не хочуть плавати, тому за них немає сенсу перейматися? Подивіться на співвідношення олімпійських та паралімпійських медалей України з плавання — наші паралімпійці приносять країні золото та доводять, що вода для них є найкращим середовищем.

Війна на фронті та «холодна війна» вдома. Нам не потрібно нагадувати, що в країні йде жорстока війна. Щодня з фронту повертаються поранені хлопці та дівчата з ампутаціями, на кріслах колісних. Багато хто з них після госпіталю банально соромиться їхати на загальні пляжі, бо боїться косих поглядів. Я знаю це по собі. Два роки після виписки з госпіталю я стидався плавати на загальному місці для купання, і тільки підтримка однокурсників допомогла мені переступити цей бар'єр. Для наших ветеранів гаряча війна закінчилася, але вдома для них починається «холодна війна» за право просто вийти з дому і жити.

Куди повезе свою сім'ю ветеран на відпочинок у вихідні дні літом? Оскільки доступних муніципальних пляжів немає, він буде змушений шукати «дикі», необладнані місця і купатиметься з величезним ризиком для життя та здоров'я.

Ситуація ускладнюється тим, що майже всі спеціалізовані санаторії для людей із травмами хребта (наприклад, у Криму чи на Півдні) або окуповані ворогом, або перебувають у зоні високого ризику обстрілів. Держава виділяє кошти на спінальні путівки, але оздоровитися немає де — санаторіїв немає. Наші річки та внутрішні водойми могли б стати альтернативою для реабілітації, якби місцева влада виконувала будівельні норми.

Заклик до дії. Це пряма дискримінація в отриманні не лише вітаміну D, а й базових прав людини, що прямо порушує Статтю 3 Конституції України.

Я звертаюся до всіх амбасадорів безбар'єрності, народних депутатів, керівників Полтавської ОВА та громад: інклюзія — це не лише пандус біля міськради. Це право ветерана та цивільного на кріслі колісному гідно відпочивати. Ми маємо негайно змінити підходи до моніторингу пляжів. Якщо місце для купання не відповідає ДБН В.2.2-40:2018 — воно не має права отримувати дозвіл на відкриття від ДСНС та місцевої влади, поки не облаштує належні умови для МГН.

Давайте нарешті перейдемо від гасел Національної стратегії до реальних настилів і пандусів у воду.

Сергій ЧУМАК і Денис СУХОТІН





ВІСТІ З РЕГІОНІВ

XV Спартакіада з рекреаційних видів спорту в Лубнах

30 червня в місті Лубни, що на Полтавщині, відбулася 15-а відкрита обласна Спартакіада з рекреаційних видів спорту. Організаторами змагань виступили Полтавський регіональний осередок ГО «СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ» (керівник Сергій Чумак), Лубенський районний осередок ГО «ВО СОІУ» (Тетяна Гордієнко), ГО «ОІ «Лубни. Безмежність» (Вікторія Широконос) за сприяння ПОО ФСТ «Спартак» (Олег Власенко).

Цей захід було спрямовано на популяризацію здорового способу життя та залучення людей з інвалідністю та ветеранів з обмеженими фізичними можливостями до регулярних занять фізичною культурою.

12 команд-представників Полтавських організацій людей з інвалідністю та 3 команди сусідніх областей: Житомир (Наталія Циплицька), Київ (Любов Онопрієнко) та Кіровоград змагалися у таких видах спорту, як дартс, корнхол, бочче та бомбаскет.

Окрім наполегливої спортивної боротьби, учасники змагань мали чудову нагоду для спілкування та обміну досвідом.

Ось як прокоментувала участь своєї команди у Спартакіаді очільниця команди Київської обласної організації ГО «Всеукраїнська організація Союз осіб з інвалідністю України» Любов ОНОПРІЄНКО: «Для людей з інвалідністю, віднедавна ми називаємо їх УЛІ - УСПІШНІ ЛЮДИ З ІНВАЛІДНІСТЮ, такі змагання — це значно більше, ніж спортивні результати.



Їхня головна мета — популяризація рекреаційних видів спорту як ефективного засобу оздоровлення та реабілітації, залучення Успішних людей з інвалідністю до активного способу життя і регулярних занять спортом, зміцнення дружніх стосунків між Успішними людьми з інвалідністю з різних регіонів України, а також виявлення здібних і талановитих спортсменів.

Ми - Успішні люди з інвалідністю - сильні духом. Власним прикладом ми надихаємо та мотивуємо інших не здаватися, повірити у власні сили та приєднуватися до нашої дружньої родини. Ми об'єднані силою духу, взаємопідтримкою та щирим бажанням допомогти тим, кому сьогодні ще важче, ніж нам.



Для кожного з нас важливо бути корисним, відчувати надійне плече друзів і команди, вчасно підтримати того, хто цього потребує, і знати, що тебе завжди почують і зрозуміють. Спорт об'єднує всіх нас. Він стирає бар'єри, дарує віру у власні можливості, відкриває нові горизонти та допомагає знаходити справжніх друзів.

Від щирого серця висловлюємо безмежну вдячність нашим захисникам і захисницям, які щодня боронять Україну, виборюючи для нас право жити, працювати, займатися спортом, зустрічатися на таких заходах і будувати майбутнє.

Саме завдяки вашій мужності, стійкості та самопожертві ми маємо можливість проводити спортивні змагання, підтримувати одне одного та доводити, що сила духу українців — незламна.

Низький уклін кожному воїну. Бажаємо всім нашим захисникам якнайшвидшого повернення додому живими, здоровими і з Перемогою. Слава Україні! Героям слава!»

Щодо офіційних результатів Спартакіади, - III загальнокомандне місце посіла команда з Ланни, II – команда Котельви, а безперечними лідерами стали спортсмени з інвалідністю з Лазірок.

Окремо варто відзначити й той факт, що все більше ветеранів та учасників бойових дій приєднуються до наших Спартакіад: спочатку як глядачі, а потім — як повноправні члени команд. Адже заняття спортом для більшості з них є ключовим інструментом як фізичної, так і ментальної адаптації.

Організатори та учасники 15-ї Спартакіади в Лубнах висловлюють щире подяку Лубенській міськраді, Лубенському ПрофЛіцею, ЛНУ імені Тараса Шевченка, Благодійній Організації Сплав, Молодіжній раді Лубенської ТГ, Лубенській філії Товариства Червоного Хреста та підприємцю Руслану Ляшку за допомогу та сприяння у проведенні спортивного заходу. Найважливіші справи завжди повертаються до вас сторицею!

І, звісно, безмежно вдячні ЗСУ за можливість проведення даних змагань!



ВІСТІ З РЕГІОНІВ

Арт терапія у Балті: психологічний тренінг для відновлення душевної рівноваги

У Балтській організації осіб з інвалідністю відбувся особливий психологічний тренінг, присвячений методам арт-терапії. Його провела психолог ДСНС Вікторія Волошина, яка вже не вперше ділиться своїм досвідом та знаннями з людьми, що потребують підтримки.

Захід пройшов у теплій, дружній атмосфері, де кожен учасник відчував себе частиною творчої спільноти. Для багатьох це стало не лише корисним заняттям, а й справжнім відпочинком від щоденних турбот, можливістю на деякий час забути про проблеми та зануритися у світ мистецтва.

Під час тренінгу учасники створювали морські пейзажі. Кожна картина була унікальною, адже відображала внутрішній світ автора: його емоції, спогади, мрії та бачення моря. Для когось це було спокійне й лагідне узбережжя, для когось — хвили, що символізують життєві труднощі. Спокійна музика, яку підбрала Вікторія Волошина, допомогла налаштуватися на творчість, створила атмосферу гармонії та душевного затишку.

Сьогодні, коли українці щодня стикаються зі стресом, тривогою та емоційним виснаженням, такі тренінги мають особливе значення. Арт-терапія допомагає:

- знизити рівень напруження;
- відволіктися від важких думок;
- відновити внутрішню рівновагу;
- навчитися висловлювати почуття через творчість;
- знайти сили для подолання життєвих викликів.

Хоча програма була орієнтована переважно на дітей та молодь, із задоволенням долучилися й представники старшого покоління. Вони відкривали у собі нові здібності, отримували задоволення від процесу та доводили, що творчість не має вікових обмежень. Арт-терапія є ефективною для кожного — незалежно від віку чи життєвого досвіду.

Щоб позитивний ефект від заняття тривав і після його завер-



шення, Вікторія Волошина подарувала учасникам розмальовки. Це простий, але дієвий інструмент для самостійної творчої терапії вдома, який допомагає підтримувати психологічне здоров'я, знаходити спокій та відновлювати сили.

На завершення всі учасники зробили спільну фотографію — символ єдності, тепла та радості, які панували під час заходу.

Балтська організація осіб з інвалідністю щиро дякує психологу ДСНС Вікторії Волошиній за професіоналізм, щирість, увагу до кожного учасника та вагомий внесок у психологічну підтримку людей з інвалідністю. Такі зустрічі є важливою складовою психологічної реабілітації. Вони допомагають відновити емоційний стан, зміцнити віру у власні сили та подарувати надію. У час, коли наша країна переживає непрості випробування, арт-терапія стає не лише способом самовираження, а й шляхом до душевної рівноваги та внутрішньої гармонії.

Надія ЛЕНЦ, голова Балтської організації осіб з інвалідністю

Рівненська ОДА продовжує активний діалог із амбасадорами безбар'єрності

Безбар'єрність неможливо побудувати в кабінетах. Вона може бути сформована лише в діалозі з людьми, в першу чергу з людьми, які самі стикаються з перепонами.

Рівненська обласна державна адміністрація продовжує активний діалог із амбасадорами безбар'єрності, й недавно вони провели робочу зустріч, щоб напрацювати інструменти, які зроблять простір та сервіси функціональними вже зараз.



До діалогу долучилися експерти та експертки, які не лише знають виклики зсередини, а й докладність неабияких зусиль до боротьби з бар'єрами. Любов Глух з УТОГ ініціювала створення цифрового застосунку для людей із порушеннями слуху, а ветеран Євген Федосєєнко запропонував масштабувати сервіс «Ветеран PRO» та розробити ШІ-агента для оперативного надання послуг. Своєю чергою Петро Поліщук із ГО «Генерація успішної дії» адвокатє необхідності розширення мережі звукових маячків для незрячих. Параспортсмен Іван Сівак спрямував зусилля на впровадження ефективних практик активної реабілітації.

Зустріч відбулася в Рівненській бібліотеці, яка стала успішним кейсом хі створення безбар'єрного простору. Тут тепер є інклюзивний ліфт, шрифт Брайля, доступний вебсайт та підготовлений персонал.

Щиро сподіваюся, що цей приклад взаємодії стане натхненням для всіх громад.

Тетяна ЛОМАКІНА, радниця - уповноважена Президента України з безбар'єрності



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН (21.03-20.04). Цей тиждень може стати часом відвертих розмов. Це сприятливий період для того, щоб разом обговорювати плани на майбутнє, розподіляти обов'язки та шукати рішення, які зміцнюють союз. У професійній сфері успіх супроводжуватиме тих, хто вміє зберігати спокій навіть тоді, коли обставини вимагають більше зусиль, ніж зазвичай.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Головний урок цього тижня полягає в тому, що не кожне уповільнення є перешкодою. Іноді життя навмисно знижує швидкість, щоб людина змогла обрати правильний напрям. Саме зараз закладається фундамент подій другої половини липня, коли багато процесів почнуть розвиватися значно швидше. Обставини можуть змусити переглянути плани.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Настає час навести лад у своїх думках і справах. Домашні питання, родина та побутові обов'язки можуть вийти на перший план. Цей тиждень підходить для ремонту, переїзду, вирішення майнових питань та зміцнення стосунків із близькими. Не намагайтеся встигнути все і одразу — поступово ситуація почне складатися на вашу користь.



РАК (22.06-23.07). Не всі бажання збуваються миттєво, але не дозволяйте тимчасовим обмеженням підірвати вашу впевненість. Вже ближче до кінця тижня з'являться нові ідеї, корисні знайомства та можливості домовитися про те, що раніше здавалося неможливим. Можливо, доведеться задуматися про розподіл фінансів або переглянути професійні цілі.



ЛЕВ (24.07-23.08). Сприятливий час для пошуку додаткових джерел доходу, складання бюджету та планування великих закупів. Це чудовий час для оновлення зовнішнього образу, нових знайомств, розвитку бізнесу та зміцнення стосунків. Багато хто відчує, що починає подобатися собі набагато більше. Перед вами відкриваються нові перспективи.



ДІВА (24.08-23.09). Енергія тижня поступово стає для вас більш комфортною. У середу та четвер варто займатися творчими проектами, оформлювати документи, планувати відпустку або сімейний бюджет. Цілковито реально побудувати стосунки на довірі та взаємній підтримці, розібратися з робочими питаннями та фінансовими справами.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Не всі процеси цього періоду будуть помітні оточенню, проте саме зараз відбувається дуже важливий перегляд цінностей. У другій половині тижня варто більше відпочивати, дбати про здоров'я та не перевантажувати себе зайвими зобов'язаннями. Іноді найкращий спосіб рухатися вперед — дозволити собі невелику паузу.



СКОРПІОН (24.10-22.11). Цей тиждень сприятливий для колективної роботи, професійного спілкування та участі у спільних проектах. Керівництво може висувати вищі вимоги, але водночас відкриваються можливості проявити професіоналізм. На початку тижня зростає ймовірність отримання кар'єрних пропозицій або визнання ваших заслуг.



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12). Цей тиждень змушує вийти за межі звичних уявлень. Настає час розібратися з тим, що довго відкладалося. Можливо, зміняться плани, пов'язані з подорожами, навчанням або юридичними питаннями. Період сприяє будь-яким інтелектуальним проектам, здобуттю нових знань та міжнародній співпраці.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Фінансові зобов'язання, кредити, поділ майна або питання спільного бюджету можуть вимагати уваги. Тиждень допомагає побачити партнера без ілюзій, але водночас дає можливість зміцнити союз, якщо обидві сторони готові працювати над ним. Сприятливо обговорювати спільні плани, укласти угоди та шукати компроміси.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Цей тиждень створює умови, за яких важливо діяти послідовно. Ви бачите, які напруги приносять реальну користь, а які лише забирають час. З'являються пропозиції, які можна розглядати як довгострокові, але вони потребують перевірки та спокійного аналізу. Якщо ви не поспішаєте, період допоможе вивести проекти на більш стабільний рівень.



РИБИ (20.02-20.03). Цей тиждень допомагає зміцнити позиції, завершити важливі завдання та підготувати основу для більш значних змін у майбутньому. Можливі нові проекти, несподівані пропозиції та домовленості, що відкривають нові перспективи. Особисті стосунки можуть отримати новий імпульс — завдяки розмові, спільному рішенням або спільній ідеї.



**Газета
«Сила духу»**

Ідентифікатор медіа: R30-05272
Засновники: ПОО ВО COIY, ВО COIY
Видається за підтримки ВО COIY

Адреса редакції: 36000,
м. Полтава, вул. Соборності,
45, кімната 105.
тел/факс (0532)56-95-60.

Головний редактор:
Сергій Чумак.

E-mail: sergiy229@ukr.net
gazeta-sd@ukr.net

Редакція не завжди
поділяє точку зору авторів
публікації. Автор несе
повну відповідальність
за достовірність інформації.
Редакція залишає за собою
право скорочувати
і редагувати матеріали.

Підписний індекс: 91664

Віддруковано:

м. Вінниця,
вул. Гетьмана Мазепи, 12-б.
Тел.: (0432) 55-63-97, 55-63-98.

Підписано до друку: 06.07.2026 р.

Тираж: 4570 шт.

Замовлення: № 26 13 27